

Міністерство освіти і науки України
Національний університет фізичного виховання і спорту України

ШЕВЧУК МАРИНА АНАТОЛІЇВНА

УДК: 796.015.68.012.6

**СПОРТИВНИЙ ВІДБІР АКРОБАТІВ НА ОСНОВІ КОМПЛЕКСНОЇ
ОЦІНКИ РУХОВИХ ЗДІБНОСТЕЙ**

24.00.01 – олімпійський і професійний спорт

Автореферат дисертації на здобуття наукового ступеня
кандидата наук з фізичного виховання і спорту

Київ – 2015

Дисертацією є рукопис

Роботу виконано у Вінницькому державному педагогічному університеті імені Михайла Коцюбинського, Міністерство освіти і науки України

Науковий керівник кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент **Асаулюк Інна Олексіївна**, Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського, доцент кафедри теорії і методики фізичного виховання

Офіційні опоненти:

доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор **Олешко Валентин Григорович**, Національний університет фізичного виховання і спорту України, професор кафедри спортивних єдиноборств та силових видів спорту;

кандидат наук з фізичного виховання і спорту **Борисова Юлія Юріївна**, Дніпропетровський державний інститут фізичної культури і спорту, завідувач кафедри гімнастики

Захист відбудеться 26 червня 2015 р. о 12.30 годині на засіданні спеціалізованої вченої ради Д 26.829.01 Національного університету фізичного виховання і спорту України (03680, Київ-150, вул. Фізкультури, 1).

З дисертацією можна ознайомитися в бібліотеці Національного університету фізичного виховання і спорту України (03680, м. Київ-150, вул. Фізкультури, 1).

Автореферат розіслано 26 травня 2015 р.

Учений секретар
спеціалізованої вченої ради

В. І. Воронова

ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

Актуальність. Спортивна акробатика як складнокоординаційний вид спорту, змагальна діяльність в якому пов'язана із збереженням рівноваги та обертанням тіла з опорою та без неї, містить різноманітні технічні елементи: підтримки, стійки, польоти, кидки, приземлення. Сучасний рівень досягнень в спортивній акробатиці висуває підвищені вимоги до підготовки спортсменів та реалізації в змагальних умовах функціональних можливостей, фізичних якостей, психологічної стійкості, демонстрації високого рівня технічної і музично-хореографічної підготовленості, артистичності та емоційності (С.К. Малиновський, 2003; В.М. Болобан, 2009, 2013). Максимальна орієнтація на індивідуальні задатки та здібності спортсмена, визначення оптимальної системи багаторічної підготовки та раціональної структури змагальної діяльності потребує на сучасному етапі розвитку спорту підвищеної уваги до питань відбору та орієнтації підготовки протягом багаторічного вдосконалення (В.Г. Бауер, 2001; J. Brown, 2001; В.К. Бальсевич, 2008; В.М. Платонов, 2013; В.Г. Олешко, 2013).

Підвищення конкуренції в спортивній акробатиці зумовило необхідність пошуку нового підходу до системи спортивного відбору і процесу тренувань юних акробатів. Поставлені перед акробатикою проблеми неможливо розв'язати без відповідних наукових досліджень. В окремих складнокоординаційних видах спорту проведено низку досліджень з питань відбору на різних етапах багаторічної підготовки та безпосередньо на початковому етапі (М.М. Пилюк, 1989; В.П. Коркін, 1993; В.Н. Мкртичан, В.М. Болобан, 1988, 2008). Визначено якості та здібності, які є провідними у спортивній акробатиці: здібності до рівноваги, ритму, темпу рухів, орієнтації в просторі, диференціації часу, силових і часових параметрів рухів, стійкість вестибулярного апарату, здібності до розслаблення м'язів тощо (В.В. Анциперов, 1982; M. Nurek, 1996; В.О. Романенко, 2005; Ю.Ю. Борисова, 2012).

Провідні тренери з акробатики та науковці (Н.А. Мінаєва, 1988; М.М. Пилюк, 1989; В.М. Болобан, 2008, 2011) зазначають, що на сучасному етапі спостерігається значне омолодження збірних команд з акробатики, відбувається рання спеціалізація. Діти починають займатися акробатикою в ранньому віці (6–7 років) і вже через 3–4 роки беруть участь у змаганнях різного рівня. Процес швидкої зміни та омолодження груп початкової підготовки зі спортивної акробатики та постійного підвищення складності акробатичних вправ потребує новітніх підходів до процесу підготовки та відбору спортсменів вже на початкових етапах (Ю.К. Чернишенко, 1989; D. Criley, 1998; В.М. Болобан, 2009).

Пошук обдарованих дітей та залучення до занять акробатикою залишається актуальним питанням. Під час відбору дітей до груп з акробатики особливе місце займає оцінка виконання технічних елементів, подальший процес засвоєння рухів, розвиток координаційних здібностей та стан аналізаторних систем – основний елемент чуттєвого сприйняття. До останніх в акробатиці відносять кінестетичні відчуття, зорові, слухові, дотикові відчуття, які формують «відчуття партнера» та в багатьох випадках визначають спортивний результат у різних видах спортивної акробатики (Т.Е. Мистулова, 1995; В.М. Болобан, 2009, 2013). Ці прояви мають

специфічний характер, вони розвиваються залежно від індивідуальних особливостей спортсмена, його моторних можливостей та рівня спортивної підготовленості. Усе це становить комплексний показник як важливий фактор актуалізації системи відбору і прогнозування успішної спеціалізації в спортивній акробатиці (В.М. Мкртичан, 1993; В.М. Болобан, 2008; J. Sadowski, T. Niznikowski, A. Mastalesh, M. Begailo, W. Wisniowski, 2013).

На сучасному рівні не достатньо обґрунтовано комплексність при відборі найбільш здібних дітей у групи початкової підготовки зі спортивної акробатики, підходи, критерії та технологія спортивного відбору. Аналіз науково-методичної літератури та узагальнення передового тренерського досвіду свідчать про актуальність наукових досліджень з питань спортивного відбору на основі комплексної оцінки рухових здібностей спортсменів.

Зв'язок роботи з науковими планами, темами. Дисертаційна робота виконана відповідно до «Зведеного плану науково-дослідної роботи в сфері фізичної культури і спорту на 2011–2015 рр.» Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України, тема 2.12 «Формування системи багаторічного відбору та орієнтації спортсменів» (номер державної реєстрації 0111U001725), тема 2.34 «Технологія відбору та орієнтації спортсменів-початківців в різних видах спорту» (номер державної реєстрації 0114U001483).

Роль автора як співвиконавця теми полягає в накопиченні та опрацюванні експериментального матеріалу щодо розроблення технології відбору дітей в спортивній акробатиці на етапі початкової підготовки.

Мета дослідження – розробити технологію спортивного відбору акробатів у групи початкової підготовки на основі комплексної оцінки рухових здібностей.

Завдання дослідження:

1. Здійснити теоретичний аналіз спеціальної науково-методичної літератури з питань спортивного відбору в складнокоординаційних видах спорту.
2. Установити критерії спортивного відбору акробатів у групи початкової підготовки.
3. Розробити і обґрунтувати технологію спортивного відбору акробатів на етапі початкової підготовки.
4. Визначити ефективність застосування технології спортивного відбору акробатів у групи початкової підготовки на основі комплексної оцінки рухових здібностей.

Об'єкт дослідження – відбір акробатів на етапі початкової підготовки.

Предмет дослідження – технологія спортивного відбору акробатів-початківців на основі комплексної оцінки рухових здібностей.

Методи дослідження. Для вирішення поставлених завдань і отримання об'єктивних даних у роботі було використано такі методи: аналіз науково-методичної літератури; педагогічне спостереження; опитування (бесіди, анкетування); метод експертних оцінок; педагогічне тестування і експеримент; методи оцінки властивостей нервової системи, морфофункціонального розвитку, рухової активності; методи математичної статистики.

Наукова новизна отриманих результатів полягає у тому, що вперше:

- розроблено технологію спортивного відбору акробатів на основі комплексної оцінки рухових здібностей, що містить організаційні, методичні складові, систему тестів та оцінки, програму вивчення основних елементів спортивної акробатики в групах початкової підготовки;

- систематизовано критерії відбору юних акробатів, що включають морфологічні, спортивно-педагогічні (фізичні), соціальні, психофізіологічні показники;

- визначено рівень рухової активності дітей 6–7 років під час спортивного відбору до груп початкової підготовки зі спортивної акробатики;

- розроблено систему оцінювання рухових здібностей, основою якої є диференційовані оцінні шкали рівня фізичного розвитку та фізичної підготовленості юних акробатів;

- підтверджено наукову інформацію щодо урахування особливостей психофізіологічних властивостей акробатів 6–7 років під час спортивного відбору;

- доповнено наукову інформацію щодо вибору засобів і методів початкового відбору, закономірностей фізичного розвитку дітей 6–7 років, розвитку рівня фізичної підготовленості юних акробатів, розробки контрольних нормативів для визначення рівня фізичної підготовленості юних акробатів.

Практична значущість роботи. Розроблена технологія відбору дала можливість ефективно провести відбір акробатів до групи початкової підготовки з використанням комплексної оцінки рухових здібностей та здійснення подальшої підготовки шляхом розвитку переважаючих якостей у спортивній акробатиці. Реалізація технології відбору юних акробатів на основі комплексної оцінки рухових здібностей дозволяє тренеру підвищити результативність організації і проведення спортивного відбору в спортивній акробатиці; здійснювати контроль за рівнем рухових здібностей спортсменів на різних етапах багаторічної підготовки; на основі визначення індивідуального рівня комплексної оцінки спортивних здібностей підвищувати фізичну та технічну підготовленість юних акробатів. Результати роботи є науковим підґрунтям для вдосконалення діяльності ДЮСШ щодо процесу спортивної орієнтації та відбору дітей для занять спортивною акробатиною.

Результати дисертаційного дослідження впроваджено в навчально-тренувальний процес Вінницької обласної дитячо-юнацької спортивної школи зі складнокоординаційних видів спорту; у навчально-виховний процес Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка та навчально-виховний процес Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського під час викладання дисциплін «Теорія і методика викладання гімнастики», «Теорія і методика спортивної підготовки», «Управління підготовкою юних спортсменів», «Основи теорії і методики спортивного тренування», про що свідчать акти впровадження.

Особистий внесок здобувача в опублікованих у співавторстві наукових працях полягає у визначенні напрямку дослідження, теоретичній розробці й обґрунтуванні основних ідей і положень дисертації, безпосередній організації та проведенні експериментальної роботи, кількісному і якісному аналізі одержаних результатів,

теоретичному узагальненні підсумкових даних і практичних рекомендацій роботи.

Апробація результатів дослідження. Основні теоретичні положення, експериментальні дані та висновки були оприлюднені на Всеукраїнських науково-практичних конференціях: «Фізична культура, спорт та фізична реабілітація в сучасному суспільстві» (м. Вінниця, 12–13 квітня 2012 р.); «Проблеми сучасної валеології, фізичної культури та реабілітації» (м. Херсон, 26–27 вересня 2013 р.). Міжнародних науково-практичних і теоретичних конференціях: «Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві» (м. Луцьк, 27–29 вересня 2012 р.); «Актуальні проблеми розвитку спорту для всіх: досвід, досягнення, тенденції» (м. Тернопіль, 25–27 жовтня 2012 р.); «Сучасні проблеми та перспективи розвитку фізичного виховання, здоров'я і професійної підготовки майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту» (м. Київ, 21–22 березня 2013 р.); «Фізична культура, спорт та здоров'я нації» (м. Вінниця, 2012–2014 рр.); «Сучасні інформаційні технології та інноваційні методики навчання в підготовці фахівців: методологія, теорія, досвід, проблеми» (м. Вінниця, 21–23 травня 2014 р.). На щорічних науково-методичних конференціях кафедр теорії і методики фізичного виховання і теорії і методики спорту Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського (2011–2014 рр.).

Публікації. Основні положення дисертаційного дослідження відображені у 13 наукових працях, з них 8 у фахових виданнях України (2 ввійшли до міжнародних наукометричних баз), 5 праць апробаційного характеру.

Структура та обсяг дисертації. Дисертаційна робота складається зі вступу, п'яти розділів, висновків, практичних рекомендацій, списку літературних джерел, додатків. Матеріали дослідження викладені на 163 сторінках основного тексту, які містять 53 таблиці, 10 рисунків. У дисертації використано 292 літературних джерела, з яких 22 іноземні.

ОСНОВНИЙ ЗМІСТ

У **вступі** обґрунтовано актуальність проблеми, визначено об'єкт і предмет досліджень; розкрито наукову новизну і практичну значущість роботи, визначено особистий внесок здобувача в спільно опубліковані наукові праці, висвітлено основні аспекти апробації результатів дослідження, зазначено кількість публікацій.

У першому розділі роботи **«Сучасний стан проблеми відбору дітей в складнокоординаційних видах спорту»** розглянуті найбільш досліджені погляди, підходи, сучасні уявлення щодо проблеми відбору дітей у складнокоординаційних видах спорту, в тому числі і в спортивній акробатиці, виявлені найбільш актуальні і недостатньо досліджені питання (М.М. Пилук, 1989; В.М. Мкртчян, В.П. Коркін, 1993; В.М. Болобан, 1993, 2008; В.М. Платонов, 2005; О.А. Шинкарук, 2011).

Паралельно з розвитком динаміки зросту досягнень в акробатиці окреслено проблеми, які гальмують поліпшення спортивної майстерності спортсменів (В.П. Коркін, 1984; О.Д. Кривчикова, Л.А. Фандикова, 2002). Одна з них пов'язана з недостатнім висвітленням чіткої системи загальноприйнятої комплексної технології відбору юних акробатів, до якої включені педагогічні, медико-біологічні і психічні

показники, що мають високу прогностичну значущість: рівень рухових здібностей, специфічних для спортивної акробатики; рівень здібностей, які лежать в основі технічних дій; морфофункціональні особливості організму дітей; психофізіологічні властивості нервової системи. Переважна більшість наукових праць присвячена вивченню різноманітних аспектів підготовки акробатів високого класу (В.М. Баршай, 1973; В.М. Болобан, 1982, 1988, 2009; М.М. Пилюк, 1989).

У зв'язку з зростанням складності вправ різних структурних груп, ускладненням змагальних програм, підвищенням вимог до психологічної, біомеханічної сумісності спортсменів-партнерів, напруженими тренувальними заняттями та змаганнями (В.М. Болобан, 2008, 2009), проблема пошуку талановитих акробатів та створення дієвої системи відбору є вкрай гострою.

У цілому успіх спортивного відбору багато в чому залежить від правильно обраних критеріїв, окремих показників, умов їх реєстрації та об'єктивності інформації про спортсменів. Необхідно врахувати, що спортивний відбір розглядається як систематичний багатоступеневий процес, який здійснюється в процесі багаторічної підготовки спортсменів (Н.Ж. Булгакова, 1990; Л.В. Волков, 2002, 2008; В.К. Бальсевич, 2003; В.М. Платонов, 2005).

Проведений аналіз спеціальної літератури дозволив припустити, що на сьогоднішній день не існує достатньо науково-методичної літератури, щодо проведення початкового відбору у спортивній акробатиці, відсутні методичні рекомендації, які дозволяють об'єктивно і комплексно оцінити рівень рухових здібностей юних акробатів і здійснювати їх контроль в навчально-тренувальному процесі з урахуванням сучасних вимог.

У другому розділі «**Методи та організація дослідження**» розкрито сутність використаних методів, подано загальні відомості про контингент випробуваних, описано організацію дослідження.

На першому етапі дослідження (листопад 2011 – серпень 2012) вивчено науково-методичну літературу з проблем оцінювання і прогнозування спортивних здібностей у різноманітних видах спорту, організації і проведення відбору на початковому етапі багаторічної підготовки юних спортсменів, унаслідок чого визначено загальну концепцію дослідження, завдання і відібрано методи дослідження, підготовлено матеріально-технічну базу для проведення педагогічного експерименту, проведено анкетування і експертне опитування в якому взяли участь 15 тренерів (10 заслужених тренерів України, 4 тренери вищої категорії і 1 тренер першої категорії). Накопичувався первинний матеріал для подальшого аналізу й узагальнення.

На другому етапі (вересень 2012 – листопад 2012) здійснено констатувальний експеримент, розроблено технологію спортивного відбору дітей у групи початкової підготовки зі спортивної акробатики. Для розв'язання завдань цього етапу, за результатами визначення конституції тілобудови відібрано 60 дітей віком 6–7 років і сформовано дві групи – експериментальну і контрольну.

Відбір дітей в експериментальну групу проводили за розробленою технологією спортивного відбору акробатів у групи початкової підготовки. Контрольну групу відбирали за традиційною методикою відбору ДЮСШ до груп початкової підготовки. Контрольна та експериментальна група тренувалися на базі СК

«Авангард». В обох групах здійснено початковий зріз даних із визначення рівня статодинамічної стійкості вестибулярного апарату та здійснено аналіз отриманих результатів.

На третьому етапі (грудень 2012 – червень 2013) здійснено проміжний зріз даних рівня статодинамічної стійкості в обох групах. В ході педагогічного експерименту отримано показники, що характеризують фізичний і функціональний стан, рівень статодинамічної стійкості, рівень фізичної підготовленості дітей; проаналізовано рівень засвоєння технічних елементів юних акробатів на початковому етапі підготовки.

На четвертому етапі (липень 2013 – січень 2014) проаналізовано одержану в результаті проведення педагогічного експерименту інформацію, розроблено таблиці для оцінювання показників фізичного розвитку, загальної та спеціальної фізичної підготовленості юних акробатів. Оформлено дисертаційну роботу, опубліковано основні результати дослідження, обговорено одержані результати і впроваджено результати виконаної роботи в практику навчально-тренувального процесу.

Дослідження проводилось на базі Обласної дитячо-юнацької спортивної школи із складнокоординаційних видів спорту м. Вінниці з 2011 по 2014 рр. Педагогічний експеримент умовно було розділено на чотири етапи, які логічно витікали один з одного. Всього в дослідженні взяли участь 80 дітей 6–7 років (45 – хлопчиків, 35 – дівчаток), 60 з яких (30 – хлопчиків, 30 – дівчаток) за результатами дослідження тілобудови були відібрані для участі у основному експерименті. Упродовж експерименту відбувся природній відсів у кількості 20 дітей (5 дівчаток і 15 хлопчиків).

У третьому розділі **«Обґрунтування технології спортивного відбору акробатів у групи початкової підготовки»** представлені результати анкетних даних та експертної оцінки фахівців зі спортивної акробатики, визначено критерії спортивного відбору та обґрунтовано технологію спортивного відбору акробатів на етапі початкової підготовки, представлені результати початкового спортивного відбору.

Для визначення думки про сучасний стан питання спортивного відбору юних акробатів 6–7 років з урахуванням основних тенденцій розвитку спортивної акробатики було проведено анкетування фахівців зі спортивної акробатики.

Результати опитування свідчать, що тренери практично не проводять набір дітей. Всього 20,0 % респондентів здійснюють набір дітей в дошкільних учбових закладах, загальноосвітніх школах та на внутрішньошкільних змаганнях.

Під час опитування встановлено, що переважна більшість респондентів (66,6 %) використовує вихідний рівень фізичної підготовленості, як критерій при виявленні перспективності дитини до занять спортивною акробатикою, 26,7 % – рівень морфофункціонального розвитку, 6,7 % – сформованість основних рухових навичок. Такі критерії оцінки є об'єктивними, оскільки вони дають можливість чітко оцінити здібності дітей. При використанні вказаних вище критеріїв вагоме значення має досвід і інтуїція педагога, який проводить спортивний відбір. 93,3 % опитаних не використовують показники рухової активності як критерій відбору юних акробатів. Результати відповідей спонукали нас до включення критерію визначення рівня рухової активності в програму спортивного відбору.

Наступним кроком дослідження було визначення пріоритетних фізичних якостей для спортивної акробатики методом експертної оцінки. За результатами проведеного анкетування ($n=15$; $W=0,78$) до значущих фізичних якостей було віднесено: координаційні здібності, гнучкість, координаційну витривалість, силову витривалість, спритність, швидко-силові здібності, швидкість. Під час визначення показників та формування тестів для відбору початківців у спортивну акробатику необхідно акцент робити саме на ці провідні якості. Результати анкетування і експертної оцінки фахівців зі спортивної акробатики (тренерів і педагогів), їх рекомендації і недоліки в проведенні спортивного відбору дітей до груп початкової підготовки для занять спортивною акробатикою були нами враховані в організації і змісті технології проведення спортивного відбору.

Неузгодженість дій тренерів щодо відбору, відсутність системи відбору на різних етапах підготовки акробатів, контрольні вимоги за навчальною програмою не дозволяють якісно організувати тренувальний процес та визначити перспективних дітей, призводить до необ'єктивної оцінки перспективності дітей, неоднорідності групи за показниками фізичного розвитку та підготовленості. Через недоцільну організацію відбору та зміст навчально-тренувальних занять спостерігається відсів значної кількості дітей.

Аналіз літературних даних, нормативних документів, дослідження традиційного підходу початкового відбору акробатів та визначення його недоліків, дозволили обґрунтувати технологію відбору дітей до спортивної акробатики на етапі початкової підготовки.

Дана технологія спортивного відбору характеризується поетапністю заходів, містить завдання, систему тестів, оціночні шкали, програму засвоєння елементів техніки рухів, розвитку фізичних якостей у відповідності до початкового етапу підготовки. Розроблена технологія реалізації спортивного відбору дітей у групу зі спортивної акробатики вирішує завдання, характерні для початкового етапу підготовки – оздоровлення, фізичний розвиток дитини, підвищення рівня фізичної підготовленості, засвоєння необхідних рухових навичок, елементів техніки виконання акробатичних вправ. Дана технологія складається з трьох послідовних етапів (рис. 1).

Перший етап містить цільову інформаційну спрямованість для батьків 6–7-річних дітей щодо формування інтересу та мотивації до занять спортивною акробатикою. Використовували засоби масової інформації та агітацію у формі друкованих плакатів, стендів, лекцій і бесід із батьками в дошкільних та загальноосвітніх навчальних закладах, рекламних відеороликів, радіоповідомлень та відеопереглядів виступів висококваліфікованих акробатів.

На цьому етапі здійснювався набір усіх бажаючих дітей 6–7 років і первинний відбір у групу початкової підготовки для занять спортивною акробатикою шляхом визначення соматотипу дітей. Соматотип оцінювали за зовнішніми показниками типу тілобудови – форми грудної клітки, спини, живота, кісток скелету, м'язовим та жировим компонентами, формою ніг (за методикою В.В. Бунака).

Під час первинного відбору проводили бесіди з дітьми, які бажали займатися спортивною акробатикою та їх батьками, а також пропонували спеціально

розроблені анкети, що дозволило визначити ставлення дітей до занять спортом, їхнє бажання та рівень мотивації.

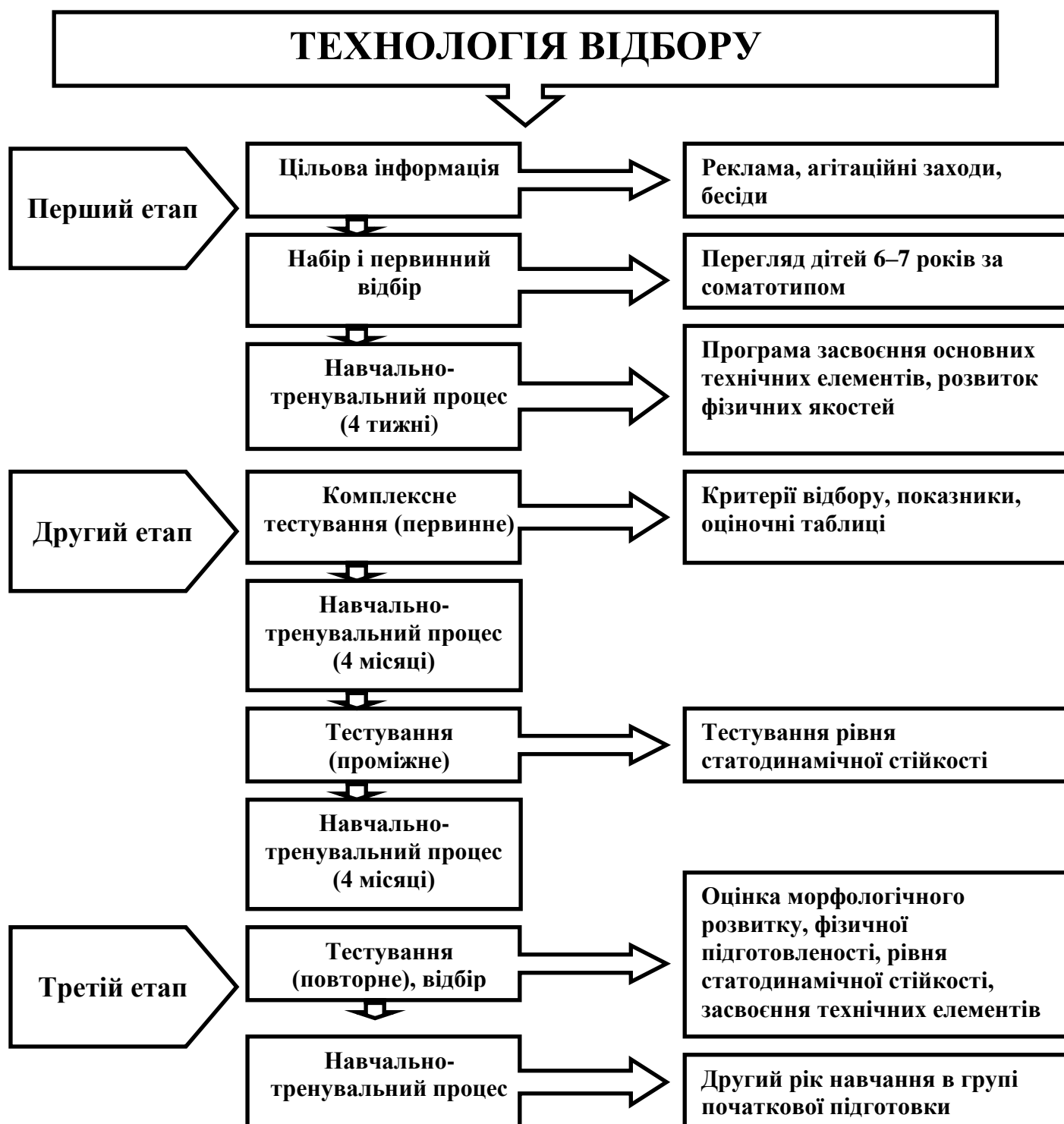


Рис. 1. Технологія відбору акробатів на етапі початкової підготовки

Для підвищення рівня загальної фізичної підготовленості дітей та засвоєння основних елементів техніки акробатики здійснювали навчально-тренувальний процес, який тривав чотири тижні (8 занять, по 2 заняття щотижня).

На другому етапі здійснювалося комплексне тестування (первинне) за п'ятьма критеріями, які дозволяють визначити:

- психофізіологічні властивості;
- рівень фізичного розвитку та функціонального стану дітей (довжина тіла, маса тіла, об'єм грудної клітки, довжина тулуба, довжина нижніх кінцівок, об'єм рук та ніг, ЖЕЛ, ЧСС (частота серцевих скорочень) у спокої і після навантаження, екскурсія грудної клітки, Проба Руф'є, частота дихання);
- рівень рухової активності дітей шляхом підрахунку добових енерговитрат;
- рівень фізичної підготовленості акробатів (за допомогою тестів – міст з положення лежачи, нахил тулуба вперед з положення сидячи, у висі спиною до гімнастичної стінки, утримання кута – згинання і розгинання ніг, підтягування, згинання і розгинання рук в упорі лежачи, стрибок у довжину з місця, біг на 30 м з упору присівши (15 м – в одному напрямку, 15 м – у протилежному));
- рівень статодинамічної стійкості за допомогою тестів «Проба Ромберга» та «Центрифуга».

Оцінка здійснювалась з урахуванням мотивації дитини займатись спортивною акробатикою. Це дозволяє знизити вірогідність помилок та усунення передчасного відсіву перспективних дітей на початку занять спортом.

Після тестування дітей протягом 4 місяців здійснювалось навчання основним елементам техніки «малої» акробатики. Тренувальний процес здійснювався у такий спосіб: кількість тренувань на тиждень – 3, тривалість тренувального заняття – 90 хв, кількість елементів за тренування – 50–150, кількість комбінацій за тренування – 6. Запропонована програма містить: загально-рухову і спеціально-рухову підготовку; хореографію (танцювальне мистецтво) – елементи «малої школи», музично-ритмічне виховання, музичні й акробатичні ігри, імпровізації; вправи на батуті; загальну фізичну підготовку і розвиток спеціальних фізичних якостей; технічну підготовку з видів акробатики – засвоєння підготовчих, підвідних і найпростіших базових елементів; контрольні нормативи.

Відсоткове співвідношення навантаження загальної фізичної підготовки було розподілено наступним чином: 37 % приділялося на розвиток координації, 30 % на гнучкість, 18 % на розвиток сили, 10 % – на розвиток швидкості. Оскільки загальна витривалість не є провідною якістю в спортивній акробатиці, а особливо в групах початкової підготовки, то в обох групах на її розвиток припадає найменший відсоток – 5 %.

Після чотирьох місяців підготовки акробатів-початківців було проведено тестування (проміжне) для оцінки статодинамічної стійкості дітей. Підготовка на цьому етапі охоплювала вісім місяців.

На третьому етапі проведено тестування (повторне) рівня морфофункціонального розвитку, фізичної підготовленості, статодинамічної стійкості, рівня технічної підготовленості та ефективності засвоєння елементів бази «малої акробатики» та здійснено відбір дітей на наступний рівень підготовки.

Четвертий розділ «**Експериментальна перевірка ефективності технології відбору дітей в групи початкової підготовки зі спортивної акробатики**» містить результати досліджень, що дозволили здійснити відбір здібних і обдарованих дітей в групи початкової підготовки, встановити динаміку фізичного розвитку, загальної і

спеціальної підготовленості та визначити ефективність запропонованої технології відбору.

Під час набору дітей до груп початкової підготовки зі спортивної акробатики, нами візуально оцінювалась конституція тіла за такими соматотипами – дигестивний, м'язевий, торакальний, абдомінальний та астеноїдний. Визначено, що дітей торакального типу в групі було 15,6 % хлопчиків та 54,3 % дівчат; м'язевого – 40,0 % серед хлопчиків, 11,4 % серед дівчат; астеноїдного – 11,1 % хлопчиків, 20,0 % дівчат; дигестивного – 20,0 % хлопчиків та 8,6 % дівчаток і абдомінального – 13,3 % серед хлопчиків, 5,7 % серед дівчат.

Діти торакального типу тілобудови в основному володіють великою рухливістю та граційністю в суглобах, що притаманно спортсменам складнокоординаційних видів спорту. Діти м'язевого типу володіють великим обсягом і тонусом у м'язах, добре переносять силові навантаження. Діти, які мали дигестивний і абдомінальний типи соматотипу, за візуальною оцінкою не підходили для занять спортивною акробатикою та не брали участь у подальших дослідженнях.

Проведення аналізу й оцінки рівня рухової активності 6–7-річних дітей при спортивному відборі до груп початкової підготовки зі спортивної акробатики, дозволило виявити, що у 53,3 % хлопчиків експериментальної групи рухова активність нижча за середній рівень, а у 33,3 % дівчаток експериментальної групи переважаючим є середній і нижче за середній рівні.

Результати дослідження психофізіологічних властивостей дітей щодо сили рухливості й врівноваженості нервової системи, дозволяє свідчити наступне: 53,3 % хлопчиків і дівчаток показали рівень сили нервової системи – сильний; більшість хлопчиків (53,3 %) і дівчаток (46,7 %) показали рівень врівноваженості нервової системи – урівноважений, загальмований; 40,0 % дівчат і 46,7 % хлопчиків продемонстрували рівень рухливості нервової системи – загальмований, інертний. Результати даного анкетування дозволяють стверджувати, що дана група може довго підтримувати високий рівень працездатності, вони комунікабельні і координовані під час тренувань.

Отримані результати порівняльної характеристики морфофункціонального розвитку свідчать, що у акробатів 6–7 років відбувається збільшення за всіма показниками, але достовірної різниці між хлопчиками і дівчатками контрольної та експериментальної не виявлено ($p > 0,05$), окрім показника екскурсії грудної клітки ($p < 0,05$) (табл. 1).

Результати оцінки фізичної підготовленості юних акробатів свідчать, що наприкінці експерименту вірогідна різниця ($p < 0,05$) спостерігається в експериментальній групі у тестах «міст з положення лежачи», «нахил тулуба вперед» та «стрибок у довжину з місця» як у хлопчиків так і у дівчаток.

Оцінка вестибулярної стійкості тіла хлопчиків у тесті «проба Ромберга» на проміжному етапі тестування (результати по групах: контрольна – 7,67 с, $S=1,76$ с; експериментальна – 7,47 с, $S=2,23$ с) в порівнянні з показниками зафіксованими на першому етапі тестування не мала вірогідної різниці ($p > 0,05$). На другому етапі тестування (результати по групах: контрольна – 10,27 с, $S=1,58$ с; експериментальна – 11,67 с, $S=1,80$ с) в порівнянні з проміжним етапом (результати по групах:

контрольна – 9,33 с, S=1,45 с; експериментальна – 9,67 с, S=1,35 с), результати статистично покращилися у хлопчиків експериментальної групи (p<0,05).

Таблиця 1

Порівняльна характеристика морфофункціонального розвитку та фізичної підготовленості дітей контрольної (n=30) та експериментальної груп (n=30)

Тест		Результат тестування									
		1 етап				p	2 етап				p
		КГ		ЕГ			КГ		ЕГ		
		\bar{x}	S	\bar{x}	S		\bar{x}	S	\bar{x}	S	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	
Довжина тіла, см	X	120,63	2,21	118,87	2,63	>0,05	122,4	2,10	121,73	2,40	>0,05
	Д	122,20	3,61	120,53	2,70	>0,05	124,47	3,85	123,27	2,49	>0,05
Довжина тіла сидячи, см	X	55,8	1,47	54,80	1,42	>0,05	57,4	1,59	55,93	1,49	<0,05
	Д	55,20	1,43	54,20	2,01	>0,05	56,13	2,61	55,53	2,10	>0,05
Довжина нижніх кінцівок, см	X	64,13	2,61	64,27	1,44	>0,05	65,00	2,54	65,93	1,71	>0,05
	Д	64,00	1,56	63,13	1,55	>0,05	65,33	1,63	64,53	1,55	>0,05
Маса тіла, кг	X	22,13	3,07	23,39	0,85	>0,05	23,69	2,83	24,40	0,94	>0,05
	Д	22,27	2,55	20,93	1,32	>0,05	24,23	3,06	21,77	1,38	<0,05
ОГК, см	X	57,07	3,47	57,93	2,05	>0,05	58,13	3,44	58,87	2,20	>0,05
	Д	55,33	0,98	54,53	1,41	>0,05	56,47	1,36	55,47	1,29	>0,05
Експерсія грудної клітки, см	X	3,89	0,74	3,47	0,64	>0,05	4,80	0,68	4,20	0,68	<0,05
	Д	3,87	0,74	3,40	0,63	>0,05	4,60	0,63	4,00	0,65	<0,05
Обхват плеча, см	X	18,72	1,24	19,45	1,36	>0,05	19,41	1,20	19,97	1,49	>0,05
	Д	18,8	1,12	17,97	1,05	>0,05	19,45	1,17	18,47	1,05	<0,05
Обхват стегна, см	X	23,95	1,32	24,85	1,13	>0,05	25,01	1,42	25,60	1,15	>0,05
	Д	22,41	1,05	21,70	1,09	>0,05	22,61	1,15	23,42	1,15	>0,05
ЧССсп, уд/хв.	X	74,73	1,94	74,87	1,88	>0,05	73,93	1,33	73,47	1,81	>0,05
	Д	76,20	1,70	76,13	2,07	>0,05	75,53	1,41	75,33	2,26	>0,05
ЧСС після навантаження, уд/хв	X	131,93	1,22	131,40	1,40	>0,05	130,67	0,90	129,67	1,54	<0,05
	Д	132,73	1,39	132,67	1,40	>0,05	132,47	1,06	131,47	1,30	<0,05
Проба Руф'є, ум.од	X	5,27	1,53	6,20	1,61	>0,05	3,67	1,35	4,53	1,51	>0,05
	Д	4,93	1,03	4,73	1,22	>0,05	3,33	0,98	4,53	0,92	>0,05
ЖЄЛ, мл	X	1306,07	60,73	1347,87	47,59	>0,05	1325,53	63,53	1401,80	47,17	<0,05
	Д	1205,33	46,06	1234,53	49,79	>0,05	1270,87	36,00	1298,53	65,90	>0,05
ЧД, к-ть разів за 1 хв	X	23,93	0,80	23,40	0,83	>0,05	23,27	0,70	22,80	0,77	>0,05
	Д	24,33	0,98	24,27	0,70	>0,05	23,27	1,28	23,60	0,63	>0,05
Міст з положення лежачи, см	X	46,33	2,99	44,33	3,42	>0,05	44,20	2,68	41,40	2,85	<0,05
	Д	45,13	3,64	44,93	2,63	>0,05	43,40	3,56	40,87	2,56	<0,05
Нахил тулуба вперед з положення сидячи, см	X	16,40	1,50	15,73	2,52	>0,05	15,07	2,19	12,67	2,92	<0,05
	Д	15,47	2,97	14,93	2,15	>0,05	13,93	2,28	11,30	2,19	<0,05
У висі спиною до гім.стінки утримання кута – згинання і розгинання ніг, к-ть разів	X	3,87	0,72	3,53	0,54	>0,05	4,67	1,18	4,33	0,75	>0,05
	Д	3,6	0,51	3,47	0,56	>0,05	4,33	1,29	4,13	0,64	>0,05
Підтягування, к-ть разів	X	2,87	0,43	2,67	0,40	>0,05	3,53	0,92	3,27	0,60	>0,05
	Д	2,47	0,32	2,73	0,41	>0,05	2,87	0,64	3,13	0,52	>0,05

1		2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Згинання і розгинання рук в упорі лежачи, к-ть разів	X	4,40	0,69	4,27	0,58	>0,05	5,13	0,99	5,07	0,92	>0,05
	Д	3,87	0,68	3,93	0,66	>0,05	5,00	1,89	4,87	0,86	>0,05
Стрибок у довжину з місця, см	X	141,07	6,08	140,93	5,43	>0,05	144,6	6,25	148,4	2,95	<0,05
	Д	137,67	5,29	140,2	4,97	>0,05	140,87	5,24	145,33	4,56	<0,05
Біг 30 м, с	X	10,97	0,60	10,88	0,36	>0,05	10,95	0,32	10,71	0,61	>0,05
	Д	11,1	0,36	11	0,21	>0,05	10,90	0,20	10,77	0,41	>0,05

Примітки: КГ – контрольна група; ЕГ – експериментальна група; Х – хлопчики, Д – дівчатка

У тесті «центрифуга» результати хлопчиків контрольної і експериментальної груп покращились. В експериментальній групі відсутні результати на оцінку 3 бали, а в контрольній групі таких результатів було 6,67 %. На оцінку 5 балів виконали контрольну вправу 73,3 % хлопчиків в експериментальній групі, а в контрольній – 46,7 %.

Результати дівчат випробуваних груп в тесті «проба Ромберга» на другому (повторному) етапі тестування були наступні: експериментальна група – 12,93 с, $S = 1,71$ с, що на 1,85 с кращі за результат дівчат контрольної групи – 11,08 с, $S = 1,80$ с ($p < 0,05$). У тесті «центрифуга» на другому (повторному) етапі дослідження усі результати у дівчат контрольної і експериментальної груп покращились: 46,70 % дівчат виконали тест з оцінкою 4 бали, 46,70 % – з оцінкою 5 балів, з оцінкою 3 бали – 6,67 %, а з оцінкою 2 бали не було жодного результату. Це свідчить про те, що динаміка результатів протягом експерименту є позитивною.

У спортивному відборі та прогнозуванні перспективності спортсменів груп початкової підготовки особливого значення набуває рівень засвоєння основних елементів техніки. Група експертів виставляла оцінку за комбінацію, кожний технічний елемент мав свій критерій оцінювання, максимальним рівнем виконання вважали той, де здійснена мінімальна кількість помилок.

Так, кількість юних спортсменів, які помилялися під час виконання елемента «шпагат», становить 12,1 %, «міст із положення лежачи» – 23,7 %. У технічному елементі «нахил тулуба вперед із положення сидячи, ноги разом» 34,3 % дітей ЕГ допускають помилки, у КГ – 83,1 %. «Перекид уперед і назад», «стійку на лопатках» відповідно 28,7 % і 18,3 % дітей експериментальної групи виконують з помилками, в елементі «рівновага на одній нозі» 63,4 % дітей контрольної групи допустили помилки, тоді як в експериментальній групі лише 29,8 %, в елементі «переворот боком» цей показник становив 31,7 % і в найскладнішому технічному елементі – «стійка на голові» 88,1 % дітей контрольної групи робили помилки, а в експериментальній групі лише 40,1 %.

У результаті експертної оцінки (табл. 2) встановлено, що хлопчики і дівчатка експериментальної групи після експерименту ефективніше оволоділи технікою виконання базових вправ «малої» акробатики, ніж діти контрольної групи.

Діти експериментальної групи допускали менше помилок під час виконання комбінації, в результаті чого отримували і вищі оцінки порівняно з дітьми

контрольної групи ($p < 0,05$). Результати оцінки виконання технічних елементів свідчать про те, що юні акробати достатньо успішно засвоїли дані технічні елементи і виконують їх на вищу оцінку, що є перспективно для подальшої орієнтації та відбору в спортивній акробатиці.

Таблиця 2

Результати експертної оцінки техніки виконання акробатичних елементів дітьми у групі початкової підготовки

	n	Комбінація 1					Комбінація 2				
		КГ		ЕГ		p	КГ		ЕГ		p
		\bar{x}	S	\bar{x}	S		\bar{x}	S	\bar{x}	S	
Хлопчики	30	8,69	0,60	9,43	0,42	<0,05	8,71	0,84	9,46	0,40	<0,05
Дівчата	30	8,81	0,20	9,61	0,33	<0,05	8,74	0,28	9,68	0,31	<0,05

Наприкінці першого року тренування в експериментальній групі практично не відбулося відсіву (13,3 % – 4 особи), що свідчить про ефективність розробленої технології, яка дозволила відібрати здібних дітей до занять спортивною акробатикою. В контрольній групі відсів склав 36,6 % (11 осіб).

Підсумкове дослідження уможливило висновок, що в технології спортивного відбору до груп початкової підготовки зі спортивної акробатики, правильно визначені контрольні нормативи та підібрані спеціальні вправи для розвитку основних якостей у акробатиці, дали нам змогу відібрати здібних та перспективних дітей, рівень технічної підготовки яких суттєво відрізняється від рівня дітей, відібраних за традиційною методикою ДЮСШ зі спортивної акробатики.

Отримані результати підтвердили ефективність застосованої технології спортивного відбору до груп початкової підготовки зі спортивної акробатики, яка дозволила якісно відібрати обдарованих і здібних дітей для занять обраним видом спорту.

У п'ятому розділі «Аналіз та узагальнення результатів дослідження» дана характеристика повноти вирішення завдань дослідження, узагальнено результати експериментальної роботи, які підтверджують ефективність запропонованої технології відбору акробатів у групу початкової підготовки на основі комплексної оцінки рухових здібностей.

У процесі дисертаційного дослідження було отримано три групи даних: такі, що підтвердили, доповнили існуючу інформацію та абсолютно нові.

Результати нашого дослідження підтверджують загальні закономірності, які лежать в основі технології спортивного відбору акробатів до груп початкової підготовки, а саме дані щодо фізичного розвитку, функціонального стану серцево-судинної та дихальної систем організму (В.П. Філін, 1980; В.Б. Шварц, 1984; І.Г. Зябікіна, 1989; Н.Ж. Булгакова, 1995; М.М. Пилюк, 1997).

Підтверджено, що визначення соматотипу під час початкового відбору дає можливість прогнозувати високі спортивні досягнення на основі соматотипологічних особливостей, пов'язаних зі специфікою спортивної акробатики (Ю.К. Чернишенко, 1989; В.М. Болобан, 1988, 1995, 2008; М.А. Савченко, 2002; В.Г. Нікітушкін, 2010; Н. Hoffman, 1981).

Сучасний рівень розвитку спортивної акробатики та дані нашого дослідження підтверджують необхідність удосконалення та розробки нової технології спортивного відбору акробатів до груп початкової підготовки (М.М. Пилюк, 1989, 1997; В.М. Мкртичан, 1993; В.М. Болобан, 2008, 2009).

В ході педагогічного експерименту нами отримано дані, що доповнюють результати досліджень інших авторів, які стосуються вибору засобів і методів при початковому відборі до груп зі спортивної акробатики (Л.В. Волков 1983, 1997, 2002; В.М. Болобан, 1988, 2009, 2013; В.П. Коркін, 1984; Н.А. Мінаєва, 1988; Р.М. Дорохов, 1994; М.М. Пилюк, 1989; Ю.К. Чернишенко, 1989, 1997); закономірностей фізичного розвитку юних акробатів (Є.Ю. Розін, 1980; Г.П. Попов, 1981; В.М. Болобан, 1982, 2013; М.М. Пилюк, 1989, 1997; М.А. Савченко, 2002; Н.В. Бачинська, 2004; Н. Hoffman, 1981; L. Cale, 2006); розвитку фізичної підготовленості акробатів (В.М. Болобан, 2008, 2009; В.П. Коркін, 1984, 1995; В.М. Курись, 1985; В. І. Лях, 1998. 2001; В.М. Мкртичан, 1993; П.К. Петров, 1994; С.П. Прокопюк, 2005, 2006; Е.А. Лисенко, 2006; Z. Naglak, 1991; J. Sadowski, T. Niznikowski, A. Mastalesh, M. Begailo, W. Wisniowski, 2013); розробки комплексів вправ для підвищення гнучкості та статодинамічної стійкості юних акробатів (В.І. Лях, 1989, 1999, 2001; Ю.В. Катуков, 1990; В.М. Болобан, 2010, 2013).

Новими даними є розроблення технології спортивного відбору юних акробатів на основі комплексної оцінки рухових здібностей, що зумовлює результативність набору обдарованих дітей та мінімальний відсів у секції зі спортивної акробатики.

Уперше на основі отриманих даних розроблені оціночні таблиці рівня фізичного розвитку та фізичної підготовленості акробатів 6–7 років на етапі початкової підготовки.

Виявлено, що при наборі дітей до групи початкової підготовки зі спортивної акробатики одним з важливих чинників є показники конституції тіла. Доведено, що у акробатів 6–7 років переважає торакальний тип тіло будови. Представники цього типу тілобудови в основному володіють великою рухливістю та граційністю в суглобах, що притаманно спортсменам складнокоординаційних видів спорту. Нижні кінцівки прямі і у деяких дітей мають О-подібну форму. У них пряма форма спини, м'язовий і кістковий компоненти розвинені опосередковано, а жировий компонент майже відсутній, що відповідає дітям, які займаються спортивною акробатикою. 40 % випробуваних хлопчиків та 11,43 % дівчат мають м'язевий тип тілобудови, астеноїдний тип – від 11,11 до 20,00 % випробуваних дітей.

Одним із важливих критеріїв у спортивному відборі, а в подальшому у перспективності спортивних досягнень є темпи приросту показників фізичного розвитку та функціонального стану. Нами виявлено, що переважно за всіма показниками фізичного та функціонального стану спостерігаються несуттєві темпи приросту, статистично вірогідної різниці між групами не виявлено.

Одержані результати констатувального експерименту дозволили запропонувати та розробити технологію спортивного відбору акробатів у групи початкової підготовки, ефективність якої підтверджена експериментально. Розроблена технологія вирішує питання якісного відбору акробатів у групи початкової підготовки на основі комплексної оцінки рухових здібностей та сприяє ефективній роботі тренера в спеціалізованих групах ДЮСШ.

ВИСНОВКИ

1. Аналіз науково-методичної літератури та узагальнення практичного досвіду провідних фахівців та тренерів у сфері спортивної акробатики виявили низку питань, які стосуються початкового спортивного відбору юних акробатів на основі комплексної оцінки їхніх рухових здібностей.

Успіх відбору обдарованих дітей залежить від добре підібраних контрольних тестів і правильної технології проведення спортивного відбору. Виявлено відсутність повного набору критеріїв комплексної оцінки, які дозволяють визначити схильність дитини до занять спортивною акробатикою. Більшість науковців, які займалися проблемами спортивного відбору, підтримують принцип визначення найбільш інформативних ланок розвитку дитини, а це тільки фізична підготовленість, або тільки фізичний стан. Тому досить актуальною стає розробка технології комплексного спортивного відбору юних акробатів на основі їхніх рухових здібностей.

2. Найбільш значущі фізичні якості в спортивній акробатиці, на думку фахівців, становлять координаційні здібності (33,3 %), опосередковано – гнучкість (20,0 %) та координаційна витривалість (13,3 %) і незначну роль у початковому відборі акробатів відіграють такі фізичні якості, як силова витривалість (13,3 %), спритність (6,7 %), швидкість (6,7 %) та швидко-силові якості (6,7 %) ($W=0,78$, $p<0,001$). Установлено значущість критеріїв під час спортивного відбору, зокрема рівень фізичної підготовленості (66,6 %), рівень морфофункціонального стану (26,7 %). Під час набору дітей до груп початкової підготовки зі спортивної акробатики, виявлено високий рівень мотивації і бажання досягти високих успіхів у спорті (90,0 %); позитивне ставлення дітей (83,3 %) і батьків (75,0 %) до занять спортом, більшість з них самостійно вирішили займатись спортивною акробатикою (50,0 %), деяких дітей привели батьки (33,3 %) і незначний відсоток прийшли за порадою однокласників (16,7 %).

3. Відбір дітей до групи початкової підготовки зі спортивної акробатики повинен здійснюватися за такими критеріями: вік початку занять (6–7 річні хлопчики і дівчатка); морфофункціональні показники та конституція тіла; рівень фізичної підготовленості та розвиток провідних фізичних якостей (координаційні здібності, гнучкість, статодинамічна стійкість); психофізіологічні показники; рівень рухової активності (високий та середній рівень); мотивація дітей та батьків до занять акробатикою; засвоєння техніки базових вправ «малої» акробатики (якість, плавність, безпомилковість виконання).

4. Розроблено алгоритм технології спортивного відбору до груп початкової підготовки зі спортивної акробатики, який містить три етапи. I етап – цільова інформація: формування в дітей інтересу та мотивації до занять спортивною акробатикою; набір та первинний відбір: анкетування батьків та дітей, визначення соматотипу дітей, які бажали займатися акробатикою. II етап – комплексне тестування акробатів групи початкової підготовки за критеріями відбору: психофізіологічними властивостями дітей; рівень фізичного розвитку; рівень рухової активності; рівень рухових здібностей; рівень статодинамічної стійкості. Навчально-тренувальний процес здійснюється за програмою, спрямованою на

поглиблений розвиток гнучкості та покращення показників статодинамічної стійкості. III етап – тестування рівня морфофункціонального розвитку, фізичної підготовленості, рівня статодинамічної стійкості та перевірка засвоєння базових технічних елементів в акробатиці, здійснення відбору дітей.

5. Переважаючими типами тілобудови при наборі дітей 6–7 років у групу початкової підготовки зі спортивної акробатики є торакальний, м'язевий і астеноїдний. М'язевий тип мали 40,0 % хлопчиків і 11,4 % дівчаток; торакальний – 15,6 % хлопчиків і 54,3 % дівчаток; астеноїдний – 11,1 % хлопчиків і 20,0 % дівчаток.

6. У хлопчиків і дівчаток при відборі до груп зі спортивної акробатики спостерігається сильний ступінь прояву властивостей нервових процесів (53,3 %); ступінь прояву врівноваженості нервових процесів – урівноважений-загальмований (хлопчики – 53,3 %, дівчатка – 46,7 %); прояв рухливості нервових процесів у дівчат (40,0 %) і хлопчиків (46,7 %) – переважає загальмований, інертний.

7. Встановлений рівень розвитку рухової активності дітей свідчить, що у 53,3 % хлопчиків рухова активність нижче за середню, а у 33,3 % дівчат середня і нижче за середню відповідно, що дозволило скоригувати програму підготовки юних акробатів та включити рухливі ігри та різноманітні спортивні естафети.

Результати педагогічного експерименту свідчать про вірогідне покращення показників дітей експериментальної групи порівняно з дітьми контрольної групи за рівнем морфофункціонального стану та загальної і спеціальної фізичної підготовленості. Експертна оцінка рівня технічної підготовленості акробатів груп початкової підготовки довела, що діти експериментальної групи на більш високому рівні засвоїли базові елементи «малої» школи акробатики, ніж діти контрольної групи і в майбутньому мають високу перспективу у цьому виді спорту. Після тестування дітей протягом чотирьох місяців здійснювався навчально-тренувальний процес за програмою ДЮСШ зі спортивної акробатики, підґрунтям якої був поглиблений розвиток гнучкості та статодинамічної стійкості. В кінці першого року тренування у експериментальній групі відсів становить – 13,3 %, а в контрольній групі – 36,6 %.

8. Ефективність реалізації розробленої технології спортивного відбору акробатів у групи початкової підготовки підтверджено результатами експерименту, які свідчать про правильність відбору комплексу тестів на різних етапах відбору в групи початкової підготовки з акробатики, проведення етапності відбору та включення в зміст навчально-тренувальних занять вправ на статодинамічну стійкість, що забезпечує покращення фізичної підготовленості та технічної майстерності акробатів-початківців.

Впроваджена технологія спортивного відбору акробатів у групи початкової підготовки дозволила знизити вірогідність помилок під час відбору та усунути передчасний відсів перспективних дітей на початку занять спортом. Технологія спортивного відбору акробатів на основі комплексної оцінки рухових здібностей може бути використана в педагогічній діяльності дитячо-юнацьких спортивних шкіл.

Перспектива подальших досліджень полягає в розробці новітніх технологій відбору акробатів на етапі спеціалізованої базової підготовки, які дозволять

ретельніше відбирати перспективних і талановитих дітей для досягнення найвищих спортивних результатів та підвищення ефективності роботи тренера.

СПИСОК ОПУБЛІКОВАНИХ РОБІТ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

Роботи, в яких висвітлено основні наукові результати дисертації

1. Шевчук М. Морфофункціональна характеристика юних акробатів 6–7 років / Марина Шевчук // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. – Луцьк, 2012. – № 2 (18) – С. 336–339. *Видання включено до міжнародної наукометричної бази IndexCopernicus.*

2. Асаулюк І. Особливості спортивного відбору юних акробатів в групі початкової підготовки / Інна Асаулюк, Марина Шевчук // Фізична культура, спорт та здоров'я нації. – Вінниця, 2012. – Вип. 13. – С. 144–147. *Особистий внесок здобувача полягає у визначенні напрямку дослідження, теоретичній розробці й обґрунтуванні основних ідей і положень наукового дослідження, безпосередній організації та проведенні експериментальної роботи, кількісному і якісному аналізі отриманих результатів, теоретичному узагальненні підсумкових даних і практичних рекомендацій роботи.*

3. Шевчук М. Характеристика антропометричних показників акробатів 6–7 років в спортивному відборі / Марина Шевчук // Наук. часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова. – Сер. № 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури. Фізична культура і спорт. – К., 2013. – Вип. 5 (30). – С. 509–512.

4. Шевчук М. Соматотипологічні особливості акробатів 6–7 років / Марина Шевчук // Фізична культура, спорт та здоров'я нації. – Вінниця, 2013. – Вип. 15. – С. 424–427.

5. Шевчук М. Педагогічний контроль фізичної підготовленості юних акробатів групи початкової підготовки / Марина Шевчук // Фізична культура, спорт та здоров'я нації. – Вінниця, 2013. – Вип. 16. – С. 180–187.

6. Шевчук М. Психологічні особливості дітей 6–7 років, які займаються спортивною акробатикою / Марина Шевчук // Фізична культура, спорт та здоров'я нації. – Вінниця, 2014. – Вип. 17. – С. 818–823.

7. Шевчук М.А. Динаміка та темпи приросту показників статодинамічної стійкості юних акробатів при спортивному відборі акробатикою / М. А. Шевчук // Фізична культура, спорт та здоров'я нації. – Вінниця, 2014. – Вип. 18, т. 2. – С. 233–239.

8. Шевчук М.А. Характеристика показників вестибулярної стійкості акробатів при відборі в групі початкової підготовки / М. А. Шевчук // Вісник Кам'янець-Подільського національного університету ім. Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини. – Кам'янець-Подільський, 2014. – Вип. 7. – С. 304–309. *Видання включено до міжнародної наукометричної бази IndexCopernicus.*

Опубліковані роботи апробаційного характеру

9. Шевчук М. Критерії спортивного відбору в спортивній акробатиці / Марина Шевчук // Фізична культура, спорт та фізична реабілітація в сучасному суспільстві : матеріали V Всеукр. студ. наук.-практ. конф., 12–13 квіт. 2012 р. – Вінниця, 2012. – С. 163–166.

10. Шевчук М. Оцінка фізичного розвитку юних акробатів 6–7 років / Марина Шевчук // Актуальні проблеми розвитку спорту для всіх: досвід, досягнення, тенденції : матеріали IV Міжнарод. наук.-практ. конф., 25–27 жовтн. 2012 р. – Тернопіль, 2012 – С. 87–91.

11. Шевчук М. Рівень фізичної підготовленості акробатів 6 – 7 років / Марина Шевчук // Проблеми сучасної валеології, фізичної культури та реабілітації : матеріали VII Всеукр. наук.-практ. конф., 26–27 верес. 2013 р. – Херсон, 2013. – С. 201–207.

12. Шевчук М. Порівняння показників фізичної підготовленості юних акробатів при початковому відборі / Марина Шевчук // Сучасні інформаційні технології та інноваційні методики навчання в підготовці фахівців: методологія, теорія, досвід, проблеми : зб. наук. пр. XII Міжнар. наук.-практ. конф., 21–23 трав. 2014 р. – Вінниця, 2014. – № 38. – С. 89–93.

13. Шевчук М. Факторна структура взаємозв'язку показників фізичної підготовленості юних акробатів при відборі до груп початкової підготовки / Марина Шевчук // Сучасні проблеми фізичного виховання, спорту та здоров'я людини. – Кам'янець-Подільський, 2014. – Вип. 5. – С. 132–136.

АНОТАЦІЇ

Шевчук М. А. Спортивний відбір акробатів на основі комплексної оцінки рухових здібностей. – На правах рукопису.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата наук з фізичного виховання та спорту за спеціальністю 24.00.01 – олімпійський і професійний спорт. – Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ, 2015.

Дисертація присвячена дослідженню проблеми відбору дітей в групі зі спортивної акробатики на етапі початкової підготовки на основі комплексної оцінки рухових здібностей.

Аналіз науково-методичної літератури, нормативних документів, узагальнення практичного досвіду провідних фахівців та тренерів, а також дослідження традиційного підходу початкового відбору акробатів, дозволив проаналізувати стан і проблеми спортивного відбору в дитячо-юнацькому спорті та у спортивній акробатиці.

Розроблено та обґрунтовано технологія спортивного відбору дітей до груп початкової підготовки зі спортивної акробатики на основі комплексної оцінки морфофункціонального стану, фізичної підготовленості, психофізіологічних властивостей та рівня рухової активності спортсменів. Визначено критерії відбору, розроблено оцінні шкали, розроблено програму підготовки акробатів-початківців з урахуванням провідних фізичних якостей. Експериментально перевірено ефективність розробленої технології спортивного відбору акробатів до груп початкової підготовки.

Ключові слова: набір, відбір, спортивна акробатика, рухові здібності, комплексна оцінка, початкова підготовка, юні спортсмени.

Шевчук М. А. Спортивный отбор акробатов на основе комплексной оценки двигательных способностей. – На правах рукописи.

Диссертация на соискание ученой степени кандидата наук по физическому воспитанию и спорту по специальности 24.00.01 – олимпийский и профессиональный спорт. – Национальный университет физического воспитания и спорта Украины, Киев, 2015.

Диссертация посвящена исследованию проблемы отбора детей в группы по спортивной акробатике на этапе начальной подготовки на основе комплексной оценки двигательных способностей.

Анализ научно-методической литературы, нормативных документов, обобщение практического опыта ведущих специалистов та тренеров, а также исследование традиционного подхода начального отбора акробатов, разрешил проанализировать состояние и проблемы спортивного отбора в детско-юношеском спорте и в спортивной акробатике.

Для решения поставленных задач в работе использованы такие методы исследования: анализ научно-методической литературы; педагогическое наблюдение; опрос (беседы, анкетирование); метод экспертной оценки; педагогическое тестирование; оценка свойств нервной системы; оценка морфофункционального развития; оценка двигательной активности; методы математической статистики.

Разработано и обосновано технология спортивного отбора детей в группы начальной подготовки на основе комплексной оценки морфофункционального состояния, физической подготовленности, психологических свойств и уровня двигательной активности спортсменов. Определены критерии отбора, разработаны оценочные шкалы, разработана программа подготовки акробатов на этапе начальной подготовки с учетом ведущих физических качеств. Экспериментально проверена эффективность построенной программы. Разработана и апробирована методические рекомендации комплексного спортивного отбора акробатов в группы начальной подготовки и подтверждено их практическую значимость.

Для определения эффективности предложенной технологии отбора был проведен педагогический эксперимент, в ходе которого обоснована и проверена эффективность предложенного подхода, разработанной технологии начального отбора акробатов на основе комплексной оценки двигательных способностей, которая может использоваться на последующих этапах многолетнего совершенствования.

Основные результаты исследования нашли свое практическое применение в учебно-тренировочном процессе подготовки юных спортсменов на этапе начальной подготовки ОДЮСШ сложнокоординационных видов спорта г. Винница, в учебном процессе Винницкого государственного педагогического университета имени М. Коцюбинского и Каменец-Подольского национального университета имени И. Огиенка, при преподавании дисциплин «Теория и методика преподавания гимнастики», «Теория и методика спортивной подготовки», «Управление подготовкой юных спортсменов», «Основы теории и методика спортивной тренировки».

Ключевые слова: отбор, спортивная акробатика, двигательные способности, комплексная оценка, начальная подготовка, юные спортсмены.

Shevchuk M. A. Sports acrobats selection based on the comprehensive assessment of motor abilities. – Manuscript.

Dissertation for competition of a scientific degree of Candidate of Science (Physical Education and Sport) in specialty 24.00.01 – Olympic and Professional Sport. – National University of Ukraine on Physical Education and Sport, Kyiv, 2015.

The dissertation focuses on the problems of sports selection into groups of initial training of sports acrobatics based on the comprehensive assessment of motor abilities.

Analysis of scientific-methodical literature, regulatory documents, a generalization of the practical experience of leading experts and trainers, and research the traditional approach to the initial selection of acrobats, allowed to analyze as well as the current state and problems of sports selection in youth and childish sport and sports acrobatics were analyzed.

Experimental program of acrobats sports selection into the groups of initial training that base on a comprehensive assessment of morphological and functional status, physical fitness, psychological characteristics and the level of motor activity of athletes was constructed and studied. Pedagogical terms, methods, forms and means of solving problems of dissertation research were defined and explained. The effectiveness of this very program was experimentally tested and proved. The guidelines of comprehensive sports acrobats selection into the groups of initial training were developed and tested, as well as their practical significance was proved.

Key words: selection, sports acrobatics, motor skills, comprehensive assessment, initial training, young athletes.

Підписано до друку 21.05.2015 р. Формат 60x90/16.

Ум. друк. арк. 0,9. Обл.-вид. арк. 0,9.

Тираж 100. Зам. 33.

«Видавництво “Науковий світ”»[®]

Свідоцтво ДК № 249 від 16.11.2000 р.

м. Київ, вул. Казимира Малевича (Боженка), 23, оф. 414.

200-87-15, 050-525-88-77

E-mail: nsvit23@ukr.net

Сайт: nsvit.cc.ua

